

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

آموزش به بیمار

(ترومبوز وریدهای عمقی)





ترومبوز وریدهای عمقی (DVT) شرایطی است که ترومبوز در وریدهای بزرگ عمقی پا معمولاً در ساق پا و ناحیه پوپلیته تشکیل می‌شود. ترومبوز وریدی، پلاکت‌های رسوب یافته و چسبیده به دیواره ورید هستند که به همراه آن یک زائده دم مانند حاوی فیبرین، سلول‌های سفید خون و تعداد زیادی سلول‌های قرمز خون وجود دارد. دم می‌تواند رشد کند و یا در مسیر جریان خون همان طور که لایه‌هایی از لخته تشکیل می‌شود، بزرگ گردد. سه عامل در ایجاد ترومبوز تحت عنوان «تریاد ویرچو» وجود دارد: رکود خون (خون وریدی)، صدمه به دیواره رگ و انعقاد پذیری خون. عوامل خطر زای ایجاد ترومبوز ورید عمقی شامل: صدمه به اندوتلیال (ضربه- جراحی- سیم دستگاه ضربان ساز، کاتترورید مرکزی، کاتتردسترسی وریدی در دیالیز، صدمه موضعی ورید)، رکود خون (استراحت در بستر یا بی‌حرکتی، چاقی، تاریخچه واریس وریدی، صدمه طناب نخاعی، سن بالای ۶۵ سال، انعقاد پذیری، سرطان، بارداری، مصرف قرص‌های خوراکی ضد بارداری، پلی‌سیتمی، سپتی‌سمی، کمبود آنتی‌ترومبین III، ابتلاء به آنمی داسی شکل).

علائم بالینی

گاهی بدون علامت و یا با علائم درد شدید، تب، لرز، تورم، قرمزی، گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس و نشانه هومان مثبت (بعد از تا کردن پا به عقب، بیمار احساس درد در عضلات ساق پا می‌کند).
نکته: نشانه هومان مثبت در خیلی از مواقع به صورت مثبت کاذب دیده می‌شود و اختصاصی نیست.

عوارض احتمالی

آمبولی ریه، سکته مغزی، سکته قلبی، نارسایی مزمن وریدی و ایجاد زخم و گانگرن وریدی.

بررسی‌های تشخیصی

- اولتراسونوگرافی داپلر: کاهش جریان خون به یک ناحیه خاص از اندام و هرگونه انسداد جریان وریدی را نشان می‌دهد.
- پلتیسموگرافی: کاهش خون رسانی به نواحی دورتر از اندام مبتلا را نشان می‌دهد.
- فلوگرافی (ونوگرافی): به تأیید تشخیص کمک می‌کند و نقایص پرشدگی وریدی و جریان خون معکوس را نشان می‌دهد.
- اسکن با فیبرینوژن نشان دار شده (ید ۲۵۱)

درمان

۱ - درمان طبی

- تجویز داروهای ضد انعقاد مثل هپارین، وارفارین.
- تجویز داروهای حل کننده لخته (ترومبولیتیک) مثل استرپتوکیناز و اوروکیناز و فعال کننده پلازمینوژن بافتی در ۳ روز اول.



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

۲ - درمان جراحی: شامل ترومیوکتومی (برداشتن ترومبوز)، قرار دادن صافی داخل وریداجوف.

آموزش به بیمار/ خانواده

به بیمار و خانواده وی در زمینه موارد زیر آموزش داده می‌شود:

• فعالیت

- توصیه می‌شود که در ۵-۷ روز بعد از تشخیص، بیمار باید در بستر استراحت کند و از کمپرس گرم و مرطوب در اندام مبتلا استفاده کند.

- توصیه می‌شود که پس از شروع حرکت از جوراب‌های الاستیک فشاری استفاده شود. از سفت بستن جوراب اجتناب شود و در هنگام شب جوراب‌ها خارج گردد و قبل از بلند شدن از بستر پوشیده شود، هنگام خارج کردن جوراب پوست پا کاملاً بررسی شود.

- توصیه می‌شود که از ایستادن یا نشستن به مدت طولانی پرهیز شود. بیمار تشویق شود تا پیاده‌روی سبک انجام دهد و هنگامی که در بستر است، تمریناتی مثل به عقب خم کردن کف پا را انجام دهد.

- توصیه می‌شود که در هنگام استراحت بیمار در بستر، پاها و قسمت تحتانی آن را به صورت دوره‌ای بالاتر از سطح قلب قرار دهد. تمرینات فعال و غیرفعال پا به خصوص عضلات درگیر ساق پا را به منظور افزایش جریان خون وریدی انجام دهد.

- از نشستن به مدت بیش از ۲ ساعت در یک زمان و از اقامت طولانی مدت در اتومبیل، قطار یا هواپیما اجتناب شود. در صورتی که بیمار مسافرت طولانی مدت انجام می‌دهد، هر ۲ ساعت یکبار قدم بزند و تغییر وضعیت دهد.

- تشویق بیمار به انجام تمرینات تنفسی عمیق جهت ایجاد فشار منفی و کمک به خروج ترشحات.

• تغذیه

- توصیه می‌شود که از مصرف غذاهای پرچرب و حاوی نمک فراوان اجتناب شود.

- توصیه می‌شود که مایعات فراوان مصرف شود.

- در صورتی که بیمار افزایش وزن دارد، از رژیم غذایی کم کالری، کم کربوهیدرات و کم چرب (مصرف کم غذاهای چرب، برنج، نان، سیب زمینی و شیرینی) استفاده شود.

- در زمینه سایر غذاها محدودیتی وجود ندارد.

• دارو درمانی

- درمان با ضدانعقادها و حل کننده‌های لخته:

- درمان با ترومبولیتیک‌ها مثل استرپتوکیناز، اوروکیناز و غیره: این داروها برای حل کردن لخته تشکیل شده که باعث انفارکتوس شده است، به کار می‌روند. در هنگام تزریق توصیه می‌شود که بیمار در تخت استراحت کند و از حرکت کردن، اجتناب نماید و در صورت بروز علائمی مثل خونریزی (ادرار خونی، مدفوع خونی، خونریزی بینی،



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

خونریزی‌های زیرپوستی و ...، تب، سردرد، درد عضلات، تنگی نفس، احساس سنگینی در ناحیه قفسه سینه، خارش، تغییر تعداد و ریتم ضربان قلب، تورم چشم و صورت گزارش شود.

- درمان با داروهای ضد تجمع پلاکت مثل هپارین، وارفترین، پرازانتین و غیره: این داروها از تشکیل لخته جلوگیری می‌کنند. بنابراین پس از ترخیص بیمار باید در منزل مصرف شوند. برای پیشگیری از عوارض این داروها، توصیه می‌شود که از هرگونه صدمات پوستی جلوگیری شود و جهت شستشوی دندانها از مسواک نرم استفاده شود. به جای استفاده از تیغ، از ریش تراش برقی استفاده شود و در صورت بروز علائم خونریزی (ادرار خونی، مدفوع خونی، خلط خونی، خونریزی زیر پوستی، خونریزی قاعدگی زیاد) و کبودی در هر نقطه از بدن اطلاع داده شود. از قطع کردن خودسرانه این داروها و کم و زیاد کردن خودسرانه آنها اجتناب شود. در صورت تجویز آسپرین، لازم است همراه با شیر یا غذا (جهت جلوگیری از تحریک معده) میل شود. در صورت تجویز پرزانتین (دیپیریدامول)، باید حداقل یک ساعت قبل از غذا میل شود. در صورت تجویز وارفارین می‌توان قبل از خوردن قرص آن را خرد کرده و همراه با مایعات مورد علاقه مصرف نمود.

سایر نکات آموزشی

- توصیه می‌شود که از قرار دادن پوست پای بیمار در معرض گرما و سرمای شدید اجتناب شود. پوست پاهای بیمار از نظر خشکی و زخم بررسی شود. در صورت بروز زخم، به پزشک اطلاع داده شود. از خاراندن و ماساژ بی‌مورد پوست اجتناب شود.
- از پوشیدن لباس‌های تنگ و جوراب‌های کشدار اجتناب شود.
- هر روز پاهای بیمار با آب گرم و صابون ملایم شستشو داده شود و بعد از شستشو، پاها خشک شود.
- اگر شغل بیمار نیاز به ایستادن طولانی مدت دارد، توصیه می‌شود که در فواصل کار به طور مکرر بنشیند و پاهایش را جابجا کرده و تکان دهد.
- از مصرف سیگار، الکل و دخانیات اجتناب شود.
- در صورت نیاز به اقدامات تشخیصی و جراحی در مراجعه به دندانپزشک و پزشکان دیگر، پزشک از مصرف داروهای ضدانعقاد مطلع شود.
- از استرس و اضطراب پرهیز شود.
- توصیه می‌شود که در صورت بروز علائم آمبولی ریوی (تنگی نفس، درد شدید در قفسه سینه، سرفه و دفع خلط خونی) و علائم نارسائی مزمن وریدی (درد پا، ادم، تغییرات پوست به صورت پوسته پوسته شدن، پیگمانتاسیون قهوه‌ای) بلافاصله به پزشک مراجعه شود.
- در صورتی که بیمار، صافی داخل وریدی اجوف دارد، توصیه می‌شود که داروهای ضدانعقاد تجویز شده را مصرف کند و در صورت بروز علائم خونریزی، بروز علائم انسداد صافی (دردهای موضعی و تورم) به پزشک اطلاع داده شود.